

新北市新莊區興化國民小學 114 年 1-2 月份自立午餐菜單

日期	星期	主食	副 食				
02	四	藜麥飯	洋蔥雞腿 雞肉/洋蔥/紅蘿蔔	培根配甘藍 培根/高麗菜/紅蘿蔔	產銷履歷 圓葉菠菜	味噌蛋花湯 雞蛋	水果
03	五	燕麥飯	麻油豬肉片 豬肉/山藥/	紅燒白菜 大白菜/香菇/紅蘿蔔	產銷履歷 高麗菜	三色排骨湯 紅蘿蔔/海帶結/玉米/排骨	
06	一	糙米飯	壽喜燒 豬肉/洋蔥/金針菇/紅蘿蔔	滑蛋玉米豆腐 雞蛋/豆腐/玉米粒	產銷履歷 蚵白菜	香菇蘿蔔湯 香菇/排骨/白蘿蔔	
07	二	薏仁飯	紅棗燉雞肉 雞肉/冬瓜/紅棗	黃瓜炒黑輪 大黃瓜/黑輪	有機蔬菜 時蔬	山藥薏仁排骨湯 山藥/排骨	豆漿
08	三	特餐	酢醬乾麵 豆干/豬肉	滷雞翅 雞翅	產銷履歷 油菜	紫菜肉絲湯 紫菜/豬肉	
09	四	紫米飯	糖醋魚 魚肉/彩椒/花椰菜	凍腐燒高麗菜 凍豆腐/高麗菜	產銷履歷 萵苣油麥菜	酸辣清湯 金針菇/豆腐/木耳/紅蘿蔔	水果
10	五	燕麥飯 蔬食日	海苔炒蛋 雞蛋/海苔/香菇	腐皮土豆絲 油豆腐皮/馬鈴薯/紅蘿蔔	產銷履歷 圓葉菠菜	黑糖地瓜西米露 地瓜/西米露	蔬食日
13	一	糙米飯	黑胡椒豬柳 豬肉/豆芽	彩椒雞丁 雞肉/甜椒	產銷履歷 青江菜	南瓜玉米濃湯 南瓜/玉米/牛奶	
14	二	薏仁飯	泡菜年糕雞 雞肉/泡菜/年糕	金針菇炒筍 金針菇/竹筍	有機蔬菜 時蔬	冬菜粉絲湯 冬菜/粉絲/豬肉	布丁
15	三	特餐	越南豬肉米線 蘿蔔/豬肉/九層塔/洋蔥	椒鹽魚排 虱目魚排 X1	產銷履歷 圓葉菠菜		
16	四	紫米飯	花生豬腳 豬腳/花生	枸杞花椰菜 花椰菜/豬肉	產銷履歷 蚵白菜	榨菜肉絲湯 豬肉/榨菜蛋	水果
17	五	燕麥飯	塔香三杯雞 雞肉/九層塔	豆干炒肉絲 豆干/豬肉	產銷履歷 扁蒲	馬鈴薯蘑菇湯 馬鈴薯/蘑菇	
20	一	結業式					
2/11	二	薏仁飯	回鍋肉 豬肉/高麗菜	玉米燴蘿蔔 玉米段/蘿蔔	產銷履歷 時蔬	四神排骨湯 排骨/四神湯材料包	鮮奶
12	三	特餐	肉絲蛋炒飯 豬肉/雞蛋/紅蘿蔔	鮮肉包 肉包	產銷履歷 時蔬	蕃茄蔬菜湯 蕃茄/鮮蔬/大骨	
13	四	紫米飯	宮保雞丁 雞肉/洋蔥/彩椒/花生	蒸蛋 雞蛋	產銷履歷 時蔬	蘿蔔排骨湯 蘿蔔/排骨	水果
14	五	燕麥飯	紅燒蕃茄燉肉 豬肉/蕃茄/蘿蔔	豆芽三絲 綠豆芽/海帶絲/紅蘿蔔	產銷履歷 時蔬	玉米海帶湯 玉米/海帶結	
17	一	糙米飯	蠔油香菇雞 雞肉/香菇	農家小炒 豆干/芹菜/肉絲	有機蔬菜 時蔬	肉羹湯 肉羹	
18	二	薏仁飯	南瓜燉雞 南瓜/雞肉	麻婆豆腐 絞肉/豆腐	產銷履歷 時蔬	香菇肉片湯 豬肉/香菇奶	奶酪
19	三	特餐	日式炒烏龍 豬肉/高麗菜/魚板	雞塊 X2 雞塊	產銷履歷 時蔬	南瓜濃湯 南瓜/牛奶	
20	四	紫米飯	糖醋豬柳 豬肉/洋蔥/香菇/彩椒	白菜滷 大白菜/雞蛋	產銷履歷 時蔬	牛旁排骨湯 牛旁/排骨	
21	五	燕麥飯	菜圓蛋 雞蛋/菜圓	三杯豆干 豆干/杏鮑菇	產銷履歷 時蔬	冬瓜湯 冬瓜/枸杞	蔬食日
24	一	糙米飯	瓜仔肉燥 豬肉/脆瓜	彩椒雞丁 雞肉/甜椒	產銷履歷 時蔬	黃瓜貢丸湯 大黃瓜/貢丸	
25	二	薏仁飯	京醬肉絲 豬肉/洋蔥/青蔥	雞蓉玉米 雞肉/玉米/紅蘿蔔	有機蔬菜	蕃茄蛋花湯 蕃茄/雞蛋	豆漿
26	三	特餐	海苔香鬆飯	滷腿排 腿排	產銷履歷 油菜	蘿蔔魚丸湯 蘿蔔/魚丸	
27	四	紫米飯	豆瓣魚 魚肉/豆腐	什錦花椰 花椰菜/香菇	產銷履歷 時蔬	味噌湯 小魚乾/白蘿蔔	

備註：

1. 本校全面使用國產之生鮮豬肉及調理食品
2. 本校未使用輻射污染食品
3. 配合政府 3 章一 Q 政策, 供餐天數達 10 天以上之年級，應提供豆奶（漿）
4. 12/13、12/27 為蔬食日